

## 研究論文

# 「高齢者理解」への実践的なアプローチ —「行動の変容とレベルアップのピラミッド」の 手法による学生の高齢者像の変容—

## Practical Approach to Understand Aged People — Students Changed Their Image of Aged People by Using Pyramid Model of Behavioral Change and Level Up —

伊藤 光代 (Teruyo Itou)\*

尾崎 沙和子 (Sawako Ozaki)\*

山口 文芳 (Fumiyoshi Yamaguchi)\*

## 要 約

平成14年度より教職科目に「総合演習」が必修となった。研究者らは家庭科教員の資質・能力として不可欠な「高齢者理解」に焦点をあて、以来3年間演習を積み重ねてきた。

一般に若者の持つ高齢者のイメージは、頑固、自我が強い、何もできない、病気になると治りにくい、足腰が弱い、話しかけにくいなど、マイナス面を持つものが多いが、必ずしも真の高齢者像を映しているとは言えない。一方「高齢者理解」の適切な方法も確立しておらず、教科書的な理解に留まっているのが現状である。

そこで研究者らは、学生に真の高齢者像を認識させることを目標とし、研究者らが考案した「行動の変容とレベルアップのピラミッド」の教育手法を用いて演習を行った。その結果、①高齢者と一对一の交流と共同作業（高齢者のホープフルファクターへの働きかけ）②教員・学生・高齢者三者の関係による相乗効果

③モチベーションの維持の3点が重要な要素となり、学生の実感ある高齢者像が明らかになった。学生の新たな高齢者像は、「高齢者のイメージを変えた」「人間そのものを見た」「高齢者はひとくくりで見えてはいけない」「一人ひとり豊かな個性がある」「歳をとっても輝き続ける」といったものとして描かれるようになった。

キーワード：高齢者理解 新たな高齢者像 大学教育 総合演習

## I. は じ め に

高齢化率19.5%という超高齢社会に生きる学生たちの「高齢者理解」は、予備能力・防衛反応・回復力・適応力などの低下、という生理学的な見方からの高齢者像が一般化している。そのため一方的なマイナスイメージが多くなり、実態とは違和感がある。泉<sup>1)</sup>の調査によると、「記憶力は一般に加齢とともに衰えるが、思考力、創造力はそれほどではなく、理解力、判断力は他の項目に比し衰えが少なく」とされている。100歳をこえる高齢者が増えつづける現在、それら的高齢者たちは社会の重要な構成員として無視できない存在となってきた。ところで高齢者を取り巻く現状は、核家族への方向がますます進み、

高齢者と身近に接することが極端に減った。また、たとえ高齢者と同居していても生活時間のズレなどで、食事はおろか声を掛け合うこともないほど関わりが希薄となった。このような状態では高齢者の実像には迫れない。ところが尾崎ら<sup>2)</sup>の、「高齢者の理解は高齢者と接することで深まっていくことが伺えた」との報告もある。

一方、教職課程の教育については平成10年7月の教員免許基準に基づき、人類に共通する課題またはわが国社会全体にかかわる課題を分析検討し、児童、生徒に指導する方法及び技術を学ぶ「総合演習」が必修科目として設置された。研究者らは、中学・高校家庭科教員一種免許の取得にかかわる教職課程の教育にかかわっており、高齢者・老年期につい

\* 女子栄養大学

て学生が理解することは家庭科教員の資質・能力として不可欠であると考えているが、尾崎ら<sup>3)</sup>の一連の研究でも教育の現場では老年期や高齢者像を伝える題材や資料の不足が明らかになっている。

そこで研究者らは、大学教育の中の「総合演習」の中でこの課題を取り上げ、平成14年度から学生に働きかけを行ってきた。初年度は手がかりも少なく、学生の演習の内容は文献研究が多かった。日頃接することの少ない高齢者との交流は避けがちで、学生が描く高齢者像は表面的であった。

15年度は高齢者との直接交流に重きをおき、1、情報の収集 2、分析 3、課題の発見 4、実践計画 5、交流と共同作業 6、結果の発表とした。

そして、関わりの手順として高齢者の望ましい面に働きかけやアクションを起こすように助言した。この取り組みには様々な困難があったが、確実な成果も見られた。ある学生は、高齢者が家族の健康を願って梅肉エキスを作り、家庭療法を編み出し、孫に伝授する姿を報告し、多くの学生に共感を与えた。研究者らはこうした成果と、総合演習の過程と内容や学生の変容を細かく拾い上げ、検討していった。足田<sup>4)</sup>は「生活行動変容の公式」で患者が病気を知識で理解しただけでは健康生活への復帰にはならない。病気という体験をチャンスとし、ホープフルファクター（可能性のファクター）を動機づけにした時、つまり患者にエンパワーメントが成立したとき、患者の望ましい生活行動の変容がおこる」と述べている。研究者らはこの考えに着目し、高齢者への働きかけやアクションの動機づけに活用した。そうすれば学生は高齢者のナラティブ・ベイスド・メディスン（Narrative Based Medicine）に近づき、信頼関係が深まり、新しい認識にたった高齢者像が明らかになっていくと思われた。さらに、教員は学生の行動を促

し、学生は高齢者に働きかけ、他学生の支援を受けつつ、まさに学生・高齢者・教員三者が時間の経過と共に次第に関係を深めていくことで、真の高齢者理解が形成されると考えた。その姿はピラミッドの形に似て、相互の目標が頂点に向かって集中していくと思われた。こうして「行動の変容とレベルアップのピラミッド」は構築された。

本稿では、この「行動の変容とレベルアップのピラミッド」の教育手法を用いて“学生の実感ある高齢者像”を明らかにする。

## II. 研究の方法

### 1. 対象者

教職課程（家庭科、中高一種免許状）履修者 3年生63名

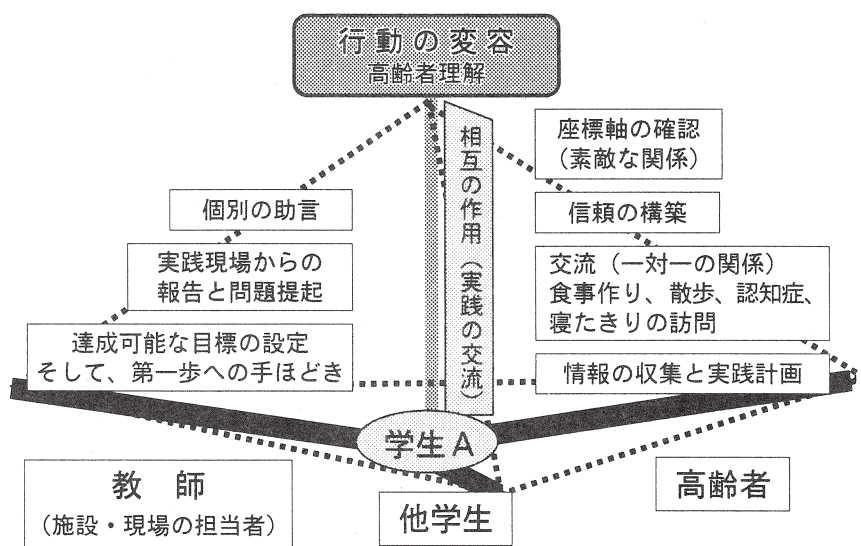
### 2. 研究期間

平成16年4月～17年2月

### 3. データの収集方法

#### 1) 「行動の変容とレベルアップのピラミッド」の教育方法を用いた総合演習の取り組み

「行動の変容とレベルアップのピラミッド」を用いて「総合演習」を展開した。「行動の変容とレベルアップのピラミッド」（図1）は、三つの面をもち、第一面は教員と学生、第二面は学生と学生、第三面は高齢者と



女子栄養大学：伊藤光代・尾崎沙和子・山口文芳 考案

図1 行動の変容とレベルアップのピラミッド

学生の関わりを表わすものである。ピラミッドの手順どおりに進めていくと、やがて三つの面は相互に作用しあい、相乗効果を高めながら頂点に近づくようになっていく。初めはそれぞれが相手との関係だけで進みはじめるが、演習の中間発表での学生同士のアドバイスや教員の助言や相談で三者は関係し合って、交流を深めて行く。やがて学生は高齢者を多様な視点でとらえ、望ましいところをますます素晴らしく実感し、認知症や寝たきりで、はじめは交流が難しかった場面でも乗り越える力を持つようになる。

このピラミッドをそれぞれ展開させると、第一面は図2、第二面は図3、第三面は図4の通りである。なお研究の全体像を図5に示す。

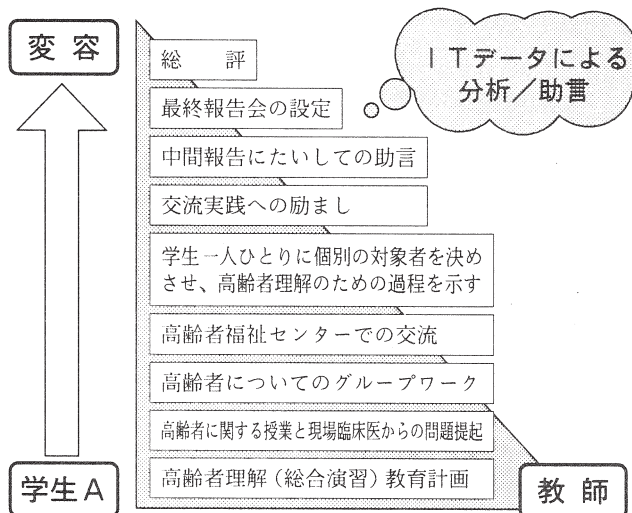


図2 ピラミッドの展開図1（学生A対教員）

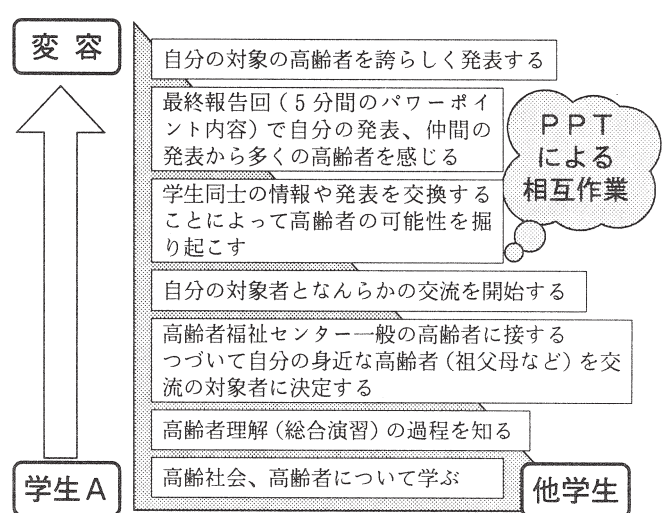


図3 ピラミッドの展開図2（学生A対他学生）

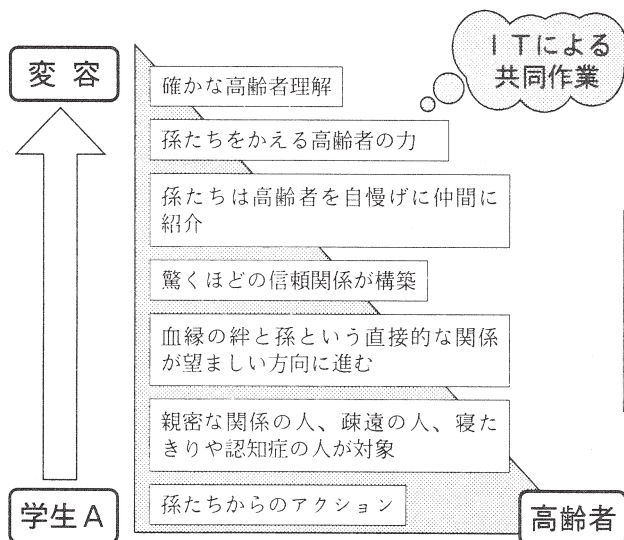


図4 ピラミッドの展開図3（学生A対高齢者）

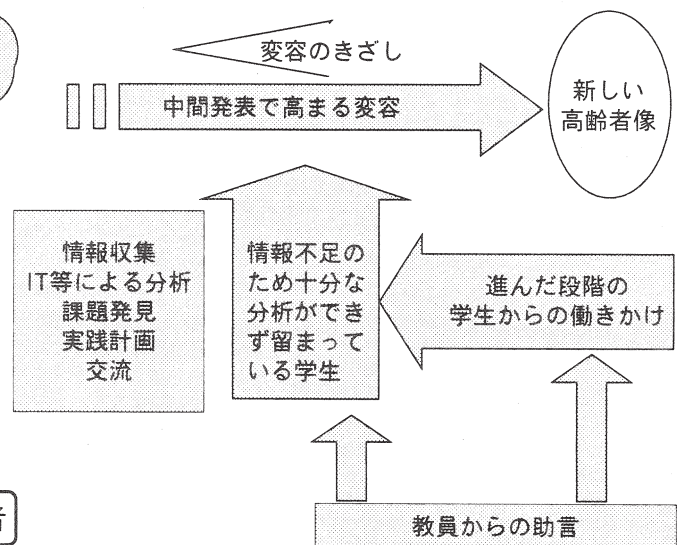


図5 演習を進めていく過程の全体象



て、ITの活用をとりいれた。ITは調査データの解析、収集データによるシミュレーションで学生の思考を深め、研究成果の発表をパワーポイントによって結実させる役割があった。

## 5. 倫理的配慮

対象者（学生とその対象の高齢者）に対しては、文書にて、対象者自身のプライバシーの保護と権利を尊重することを説明した上で、この研究に対して同意・協力を表わす同意書を提出してもらい、協力の意思があったもののデータを使用した。得られたデータの取り扱いには研究者らが自ら行い、保管も他者の目に触れないよう厳重に行った。

## Ⅲ. 結果および考察

表1「演習をとおして学生がとらえた新たな高齢者像」に示したように、「高齢者理解」

への実践的なアプローチは研究者らが考案した「行動の変容とレベルアップのピラミッド」の手順に従って進めることで、学生達に新しい認識を作り、多様でポジティブな高齢者像をもつことがわかった。

学生は自らの高齢者の収集データに基づいて、可能で個別的な働きかけを夏休みや冬休みに継続した。その結果、高齢者からより高い信頼を得て、高齢者と望ましい人間関係を作り、新しい座標軸を構築していった。

この過程を支えたのは、研究者らの具体的な第一歩への手ほどきと、学生が迷ったり、留まったり、悩んだりしたとき、適宜適切な個別の対応と助言をしたことであった。さらに研究者らは、常に高齢者に関係する最前線の現場からの情報を交えつつ、次の働きかけを考えていった。

学生たちは演習中、自己の実践報告を全員の前で進行ごとに三回実施し、相互に高め合

表1 演習をとおして学生がとらえた新たな高齢者像

高齢者像	ローデータ
高齢者のイメージが変わった	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お年寄り扱いをしてきたが、長年培ってきた経験を軸に、とんでもない底力が出る。</li> <li>・授業の前と後では高齢者に対する見方が変わった</li> <li>・若い世代と交流するのが楽しい高齢者が多い</li> <li>・祖母と話すとき、いつも緊張していたが、まったくなくなった</li> <li>・近くにいるけれど、分からなかったことがわかった</li> <li>・今回の演習が無かったら、私の気持の変容はなかったのかもしれない</li> </ul>
人間そのものを見た	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「老人だから」で片付けられてはいけない</li> <li>・おじいちゃん・おばあちゃんになるまでたくさんの人生の道のりを歩んできて今があるのだ</li> <li>・高齢者に会ったその日は一日HAPPYに過ごせた</li> <li>・同居していて悩んでいたが、新しい関係を築くことが出来て、今後の“宝”となると思う</li> <li>・会う時間を増やし、大切に過ごしたり、感謝や存在意義を感じてもらうことで、高齢者が見えてきた</li> </ul>
高齢者はひとくくりでみてはいけない	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今回のように客観的にとらえることで、新しい視点にたった関わりをしていくことが出来た</li> <li>・今までは高齢者をひとくくりで考えていたが、この演習で一人の高齢者としてみる事が出来るようになった</li> <li>・すべての高齢者が素敵に自分を見せる要素をもっていることが分かった</li> </ul>
一人ひとり豊かな個性がある	<ul style="list-style-type: none"> <li>・誰一人同じ事はなく、高齢者の様子も様々であった</li> <li>・皆の実践からヒントをえて新しい方向が見つかった</li> <li>・体を悪くしたお年寄りでマイナス思考になってしまっている、家族が話しかけることなどで、よい方向に向いていくのだと感じた</li> <li>・今までの生活があるからこそ、現在の祖父母の姿がある</li> </ul>
歳をとっても輝き続ける	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者のことが好きになった</li> <li>・未来は明るいものになった</li> <li>・みんな素敵な祖父母や身近な高齢者をもっている</li> <li>・今までかかわりが少なかったことを悔やむくらい、高齢者はいろいろなことを知っていて、ためになることばかりである</li> <li>・高齢者になるということは、つらいことばかりではなく、満足した人生を送る大切な一ページとして存在するのだと思う</li> </ul>

い励ましあった。

以上の道筋をとおしてたどり着いた学生の新たな高齢者像は、「高齢者のイメージが変わった」「人間そのものを見た」「高齢者はひとくくりでみてはいけない」「一人ひとり豊かな個性がある」「歳をとっても輝き続ける」等であった。

そうした認識の変容は 1)『交流と共同作業』(高齢者のホープフルファクターへの働きかけ) 2)『高齢者・学生・教員三者の関係による相乗効果』 3)『モチベーションの維持』が要となったものと思われる。

### 1)『交流と共同作業(高齢者のホープフルファクターへの働きかけ)』から生まれる新しい高齢者像

対象の高齢者を理解するためには対象者に会うことはもちろん、対象者の話を傾聴することであろう。その上で日常のこと、趣味や生きがいなどで共同作業ができれば、対象者により近づく事ができる。ここで学生にすすめたことは、対象者の望ましい面(ホープフルファクター)に働きかける事であった。高齢者が得意なこと、日常的に行っていることを共同作業することは関係づくりを容易にした。たとえば野菜作り、裁縫、料理、フラダンスへの参加、一緒のお出かけ、などであった。また共同作業ができない場合や、対象者が寝たきりや認知症の場合であっても、その人のホープフルファクターは必ずあることを気づかせた。

その例として、認知症で寝たきりの祖母を12回病院に見舞いに行った学生は、初めは一方的な話しかけだったが、感謝の気持を言い続けているうちに、「わし生きていていいんだね」と前向きの言葉が出て、食事を自分で食べるようになった、と報告した。学生が“感謝の気持”をつたえたことが、寝たきりの祖母の生きたいという希望となったものと思われる。こうして学生が行動を起こすこと、そして高齢者の見せる心の動きに気付くことで、高齢者に対する新たな認識が確立される。この学生は、「会う時間を増やし、大切に過ごしたり、感謝や存在意義を感じてもらえる

ようにしたり、無理のないサポートをすることで、高齢者が見えてくる」と述べている。

また、ある学生は、寝たきりの祖母を母が介護している時、自分は初め、母のことばかり気遣っていた。しかし遠路、海を渡って入浴サービスに来てくれる介護のヘルパーに祖母が心から喜んで「有難う」を言うのを聞き、祖母が好きになったと報告した。体が不自由になっても他の人への心配りの出来る祖母の心の豊かさを見たのである。麻原<sup>5)</sup>は、「行動や行為の内奥にある意味を読み解くことは、丹念な調査と本質を見極めることである」と述べているが、この学生の気付きはまさにエスノグラフィーの概念にも近い。この学生は、「高齢になるということはつらいことばかりではなく、満足した人生を送る大切なページとして存在するのだということを学んだ」と述べている。

さらにある学生は、20年も会っていなかった歳の離れた兄と弟(学生の父)を会わせるだけで、二つの家族に温かい親戚付き合いが始まったという。そして「人と触れ合うことはそれだけでなく、高齢者の方々の興味や関心を引き出すことにもつながり、高齢者の生きがいをみつけることだと実感した」と述べている。これは、学生の働きかけが周囲を引き込み、新しい人間関係が広がっていった事例である。

### 2)『高齢者・学生・教員三者の相乗効果』によって導かれる新しい高齢者像

「皆の実践からヒントを得て新しい方向が見つかった」「仲間の考えの深さに驚いた」「高齢者に関わる事でここまで変化できる仲間」「身近な高齢者から社会の高齢者たち、さらに今後の社会について一緒に考えることが出来る仲間」といった学生の記述からは、佐藤<sup>6)</sup>が「先輩や友人と討議しあうことから思考が深まり成長していくのが、若者の特権である」と述べているように、なんのわだかまりもなく語り合い、議論できたことが理解できる。学生たちを見ていると「私の高齢者を見て」という気持の表われた実践内容が多い発表であった。「高齢者はひとくくりでみ

てはいけない」「一人ひとり豊かな個性がある」「歳をとっても輝き続ける」という新たな高齢者像に到達できたのは、こうした相乗効果の表われであろう。また、高齢者とのかわりの中から学生たちは、高齢者から有形・無形のものを得たり、教えられたりしている。学生は、高齢者に働きかけることで、今まで続いてきた感情や気持ちの壁をなくし、まわりの人たちを引き込みながら、高齢者を主演とした明るい人間関係を築いていけることを実感した。教員は学生を通して会ったこともない高齢者を、知らず知らずのうちに身近に感じ、学生の認識し始めた新しい高齢者像に共感し、一体感を持つことが出来るようになった。

### 3)『モチベーションの維持』によって深まる新しい高齢者像

学生が対象の高齢者との交流をどのように展開し、継続しているかの見届けは、研究者らの指導性を問われるところであった。気付かせ、自覚させ、響動し、支援する事、このエンパワーメントこそ行動変容の要となるので、先輩の実践を紹介したり、高齢者施設の医師からの現状や問題提起の講義を導入したり、さらに高齢者センターでの集団交流を試みたことが、継続へのエネルギーとなったようである。井上<sup>7)</sup>は「広がる個人差、平均だけを追い求めても“老い”の実像はなかなか見えてこない。そこにある個人差に目をやり、その個人差をもたらず要因を突き詰めていく事によって、はじめて平均でない個性が見えてくる。いろいろの高齢者に触れ、実態に触れることで、高齢者に対する見方はイメージとしての“社会的弱者”から、人生をポジティブに生きようとしている一人の生活者の姿に変わっていく」という。学生たちが対象者の個の部分に到達したとき、つまりナラティブ・ベイスト・メディソンにこそ、その人の得意な能力、生きがいが見えてくるのである。研究者らが心して実践したことは、総合演習の期間中いつでも適切な助言をし、相談に応じたことであった。「高齢者のイメージが変わった」「人間そのものを見た」のは、まさ

に学生たちの学習への意欲が継続された結果であろう。

## IV. お わ り に

本研究の結果、「高齢者理解」への実践的アプローチは「行動の変容とピラミッド」の教育手法で進めることで、新たな高齢者像に到達することが明らかになった。教育手法を三つの面に整理し、それぞれの面の関係性を確認しつつ演習を進めることでの効果も実感できた。さらに研究者らが演習の目的に向かって、同じ姿勢を崩さず演習ごとに振り返りの作業を徹底したことで、学生と高齢者の交流の進展を確認できた。

今後の課題を挙げると、①交流が可能な高齢者のいない学生への配慮、②大学教育の一貫としての演習が学生への強制力になり過ぎない工夫等、である。

### 謝 辞

本研究にご協力いただきました学生とご家族の皆様、そして本大学情報ネットワーク担当の吉井様とスタッフの皆様に深く感謝いたします

### <引用・参考文献>

- 1) 泉 敬子：自立している高齢者の生活意識，生活科学研究，第27集201—211，2005.
- 2) 尾崎沙和子他：日本家庭科教育学会関東地区会，「高齢社会と家庭科」研究グループ報告，2002.
- 3) 尾崎沙和子他：家庭科における高齢者関連学習の授業提案，家庭科教育，75巻8号21—24，2001.
- 4) 疋田善平：生活行動変容の公式，日本プライマリーケア学会，満足死，26報，パネル発表，2003.
- 5) 麻原きよみ：エスノグラフィー，保健の科学，Vol47，329—333，2005.
- 6) 佐藤みつ子：成人看護学実習指導案の作成と展開，第10章学生の主体性を尊重した実習指導—心の変容・行動の変容—

- フレ出版, 167-174, 2003.
- 7) 井上勝也監修: 高齢者の心理がわかる, 中央出版, 10-15, 2005.
  - 8) 安梅勅江: グループインタビュー法, 科学的根拠に基づく質的研究法の展開, 医歯薬出版, 2004.
  - 9) 田尾雅夫: 組織行動の社会心理学, 北大路書房, 2003.
  - 10) 武見ゆかり: 若年成人への栄養・食教育の診断・評価の指標に関する研究, 栄養学雑誌, Vol60, No. 3, 131-136, 2000.
  - 11) 松本千明: 健康行動理論の基礎, 医歯薬出版, 2003.